

## El tiempo libre de los niños de 8 a 10 años del sector “La Capilla”

### The free time of children 8 to 10 years of age in the sector “La Capilla”

Alberto Raúl Ávila-Castellanos<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> M. Sc Prof. Asist. Universidad de Guantánamo, Cuba. [alberto@cug.co.cu](mailto:alberto@cug.co.cu)

*Fecha de recepción:* 2 de marzo de 2010

*Fecha de aceptación:* 8 de junio 2010

---

#### RESUMEN

Este trabajo está encaminado al estudio de la recreación física en el sector “La Capilla”, con el objetivo de solucionar los problemas que afectan el contexto de la comunidad, cómo ocupar el tiempo libre de los niños de 8 a 10 años. Se elaboró de un sistema de actividades físico recreativas que respondan a sus gustos y preferencias, divididas en cuatro grandes grupos. Al realizar el diagnóstico se comprobó que las actividades que se ofertaban a estos niños no se correspondían con sus gustos y preferencias, estos participaban en actividades recreativas protagonizadas por los adultos donde predominaba el alcoholismo, el tabaquismo y otros hábitos.

**Palabras clave:** Recreación física; Juegos tradicionales; Actividades creativas

#### ABSTRACT

This work is aimed at studying the physical recreation in the area "The Chapel", in order to solve one of its problems: how to occupy the leisure time of children from 8-10 years by developing a system of physical and recreational activities that match their likes and preferences divided into four groups. When developing the diagnosis it was detected that the activities offered to these children did not match their likes and preferences, they participated in recreational activities attended mostly by adults where alcoholism, smoking and other bad habits predominated.

**Key words:** Physical recreation; Traditional games; Creative activities

#### INTRODUCCIÓN

La recreación física tiene diversas perspectivas en la actividad deportiva del hombre que

demanda manifestaciones determinadas, en la medida en que se incrementa el desarrollo de la comunidad en que vive, la recreación como actividad física para el hombre no está exenta de las transformaciones aplicadas en la sociedad, la misma ha sido objeto de estudio por muchos especialistas en aras de mejorar la calidad de vida de las personas, para esto se necesita de gran conocimiento sobre los problemas que afectan en la comunidad y de las técnicas aplicadas en la recreación física.

Venezuela es un país que durante muchos años estuvo sumido en el capitalismo brutal, aunque en la actualidad está en un proceso de cambios en beneficio de su pueblo, por medio de La Revolución bolivariana y al mando de su máximo líder Hugo Rafael Chávez Frías. Este ha sido un país donde han predominado las oligarquías extranjeras y nacionales, donde muy pocos tenían mucho y muchos tenían muy poco, solo podían tener acceso a servicios elementales como la salud, la educación y el deporte aquellos que tenían una elevada posición social y económica, sin embargo el pueblo trabajador no podía acceder a los mismos.

Al tomar el poder La Revolución bolivariana, su presidente creó una serie de misiones con el objetivo de que esos servicios elementales que necesita el ser humano llegaran a toda la geografía venezolana y de esa forma ir logrando el mejoramiento de la calidad de vida de todos sin importar a qué capa social perteneciera, entre estas misiones creadas se encuentra la misión Barrio Adentro Deportivo, la misma consiste en llevar la recreación, la cultura física y el deporte a todos los estados y municipios del territorio nacional con el aporte de los cubanos a través del convenio de colaboración entre ambos países. A partir de nuestra estancia en el hermano país nos propusimos la realización de este trabajo investigativo, partiendo de una problemática existente en uno de los municipios del estado Anzoátegui, la ocupación del tiempo libre de los niños del sector "La Capilla" del municipio Fretes.

A través del diagnóstico inicial realizado en la comunidad investigada, nos percatamos que las principales dificultades estaban dadas en que después del horario docente los niños no realizaban ninguna actividad recreativo- deportiva que le permitiera ocupar su tiempo libre.

Al culminar el horario docente los niños participaban en manifestaciones recreativas protagonizadas por adultos, tales como: el juego de bingo, este es un juego de mesa por dinero, también juego de cartas, dominó y otros, donde predominaba el consumo de alcohol, el tabaquismo, las palabras obscenas y otros hábitos que atentaban contra la correcta

educación y formación social de los infantes; partiendo de que en estas edades los niños comienzan a vivir una nueva etapa de su vida, donde es normal la imitación de las acciones positivas o negativas que ven reflejadas en los adultos, siendo esta una situación que pone en peligro su posterior formación ante la sociedad.

Aun cuando existen orientaciones para ofertar actividades recreativas a los infantes en horario extra docente por parte del Consejo Comunal del sector “La Capilla”, se pudo constatar que en este no se cumplía con esta orientación, provocado por la carencia de personal calificado para llevar a cabo dichas actividades, además para la realización de las mismas no se tenían en cuenta los gustos y preferencias de los infantes.

Por todo lo anteriormente expuesto nos planteamos como problemática científica la insuficiente ocupación del tiempo libre de los niños de 8 a 10 años del sector “La Capilla” del municipio Fretes, por lo que es nuestro propósito elaborar un sistema de actividades físico -recreativa que contribuya, de forma objetiva y provechosa, a la ocupación de su tiempo libre.

## **DESARROLLO**

El profesor de Recreación Física debe estar convencido de que las actividades que va a ofertar hayan sido bien seleccionadas y su presentación estar dirigida a mejorar la situación actual del niño.

Al realizar la presentación de las actividades físico se deben tener en cuenta los siguientes parámetros: reunir a los participantes; dar los nombres de las diferentes actividades a realizar; dar a conocer las reglas básicas y cómo se desarrollan. Se precisa ser claro, breve y lo más informativo posible, demostrar lo que se explica; comprobar que lo explicado ha sido entendido; formar los equipos, equilibrarlos de forma tal que tengan posibilidades parecidas, que se distingan con claridad unos de otros, los papeles principales no siempre serán asumidos por los participantes aventajados y no olvidar antes de realizar cualquier actividad física, la realización de un calentamiento previo, acorde a la actividad que se va a realizar.

Las actividades físico - recreativas que se proponen para ocupar el tiempo libre de los niños de 8 a 10 años del sector “La Capilla” del municipio Fretes presentan la siguiente estructura, donde se concreta la actuación del profesor en la ejecución de las mismas.

- Nombre de la actividad.
- Objetivos

- Contenido
- Métodos
- Variantes
- Materiales
- Reglamento
- Evaluación y Control

**Estructura de las actividades físico - recreativas.**

Las acciones comienzan con un diagnóstico inicial, en el mismo se organizan, planifican y ejecutan las técnicas investigativas con el objetivo de conocer gustos y preferencias, el tiempo libre del que disponen los infantes y otros aspectos necesarios para estructurar las acciones.

**Objetivo general:**

- Ocupar el tiempo libre de los niños de 8 – 10 años del sector “La Capilla” de forma sana, controlada y sistemática a través de actividades físico recreativas

**Objetivos específicos:**

- Brindar y diversificar ofertas físico recreativas a los infantes acorde a sus gustos y preferencias.

A continuación mostramos los grupos concebidos para la mejor organización de las actividades que se ofertan.

**Grupos de actividades físico - recreativas.**

- Juegos tradicionales populares.
- Actividades de carácter social
- Actividades recreativas en la Naturaleza.
- Actividades de juegos pre deportivos.

Para la organización de estas actividades tuvimos en cuenta los siguientes aspectos pedagógicos:

**Objetivos:** permitir la orientación y definición de las metas a lograr.

**Orientaciones metodológicas:** para el desarrollo ordenado de la actividad.

**Materiales:** para la ejecución de los diferentes juegos.

**Variantes:** para desarrollar la versatilidad que puedan brindar los juegos.

**Reglas:** para garantizar la evolución armónica de las actividades.

**Control y evaluación:** este se realizará durante todo el proceso de selección, organización y aplicación de las actividades para conocer la satisfacción que producen las mismas.

### **Juegos tradicionales**

#### **1.1- Chancleta colectiva**

**Objetivo:** Desarrollar en los participantes el afán de triunfo, el trabajo en equipo y el colectivismo.

**Orientaciones metodológicas.**

Se organizarán dos equipos, los tres primeros miembros de cada equipo, pondrán los pies dentro de la chancleta gigante y saldrán a la voz de mando del profesor. Participaran dos o más equipos.

Cada chancleta estará compuesta por 3 participantes, el equipo ganador será el que primero realice el recorrido trazado por el profesor.

**Materiales**

Liga de goma de cámara de automóvil, cuatro tablas y clavos

**Variantes**

Se le pueden incorporar a la chancleta uno o varios participantes más.

Se puede hacer el recorrido de la chancleta de espaldas, o sea marcha atrás.

**Nota:** si existe una diferencia notable en el tamaño de los niños el juego puede organizarse por grupos de edades.

**Reglamento.**

Los participantes que saquen los pies de la chancleta en más de dos ocasiones serán descalificados.

No se permiten discusiones entre los contrarios.

#### **1.2 Tumba la bola**

**Objetivo**

Lograr el mejoramiento del equilibrio, la coordinación y la rapidez en los participantes, así como el mejoramiento de la puntería en el tiro a puerta en el deporte de futbolito.

**Orientaciones metodológicas.**

Se organizarán dos equipos como en un programa a jugar, a la distancia de cuatro metros se colocará un pomo de refresco lleno de arena con una pelota pequeña en la punta, cada participante saldrá del punto de partida de espalda al pomo, a la orden de arrancada, el niño saldrá a toda velocidad tapándose un ojo con una mano y con la otra tratará de tumbar la

pelota, pero con el dedo del medio, la carrera se realizará a la mayor velocidad posible y después hará un tiro a puerta a una mini portería de futbolito, el equipo ganador será el que más pelotas tumbé y el que más pelotas inserte en la mini portería.

#### Materiales

Dos pomos de refresco vacíos, dos pelotas plásticas pequeñas de tubos de desodorante, dos mini porterías rústicas, pueden ser de madera o de hierro, dos pelotas de futbolito y un silbato.

#### Variantes

En vez de ser un tiro a una portería de futbolito, puede ser una jugada de Ajedrez o responder una operación matemática.

Nota: si existe una diferencia notable en el tamaño de los niños el juego puede organizarse por grupos de edades.

#### Reglamento.

No se permitirá discusiones entre los participantes

#### 1.3 La hoja entre las botellas.

Objetivos: Desarrollar la agilidad mental, el colectivismo y el espíritu de competencia.

#### Orientaciones metodológicas.

Se convoca a todos los participantes a realizar un círculo grande, en el centro estará el profesor, este colocará dos botellas paradas punta con punta con una hoja de papel entre ambos picos de la botella. De forma organizada un miembro de cada equipo tratará de retirar la hoja de papel que se encuentra entre los picos de las botellas sin que estas se caigan.

Gana el equipo que logre retirar la hoja de la botella con más frecuencia sin que esta se caiga.

#### Materiales

Dos botellas plásticas, una hoja de papel.

#### Variantes.

Se puede usar para este juego otro envase que no sea una botella, pero que tenga la punta pequeña.

Se le pueden dar a los participantes más de dos oportunidades para realizar el intento.

#### Reglamento.

Los participantes tendrán dos oportunidades para realizar el intento de retirar la hoja de papel.

---

## **Actividades de carácter social.**

### **2.1 Caminatas educativas.**

Objetivo: Familiarizar a los infantes con la cultura histórica de la localidad e inculcar el amor a su Patria.

Orientaciones metodológicas

Esta actividad se desarrollará con la participación de los profesores de Historia, familiares y otros invitados. Los profesores seleccionarán el recorrido a realizar, y determinarán el tema a tratar durante la caminata. Durante el recorrido, el profesor de historia realizará una explicación sobre la historia del territorio, motivando de esta forma el interés por conocer el lugar seleccionado.

Reglamento:

Mantener la disciplina durante el recorrido

### **2.2. Conversatorio con miembros del consejo comunal**

Objetivo: Desarrollar en los infantes los valores, el conocimiento de la historia de su localidad, la protección y cuidado de la familia, el respeto a los mártires.

Orientaciones metodológicas

Serán invitados a la actividad uno o varios miembros del consejo comunal residentes en la comunidad, se realizará un conversatorio relacionado sobre diferentes temas, previamente seleccionados, donde se aborde lo concerniente a la evolución histórica de la revolución bolivariana en la comunidad. Se podrán abordar temas relacionados con la actualidad nacional e internacional, el papel que desempeña Venezuela en la integración Latinoamericana y en su consolidación, entre otros temas.

Se crearán equipos teniendo en cuenta las particularidades de los integrantes a partir de los conocimientos relacionados con la historia en sentido general. Estos equipos participarán en locales diferentes con distintas personalidades, de forma tal que la actividad se realice en varios lugares y con diferentes invitados al mismo tiempo.

Las actividades relacionadas con esta área se desarrollan en un local público de la comunidad, un grupo de niños seleccionado por el profesor con toda intención, se realizarán conversatorios con miembros de la comunidad. Se sugieren para esta actividad los siguientes temas:

- Chávez nuestro

- El deporte en Venezuela después del triunfo de La Revolución bolivariana.
- Niños del milagro
- El Principito.

## CONCLUSIONES

El sistema de actividades elaborado contribuye de forma efectiva y sustentable de la ocupación del tiempo libre de los niños de 8 a 10 años de edad del sector “La Capilla” y los funcionarios y directivos evaluaron satisfactoriamente la propuesta.

El nivel de satisfacción de los niños se constató a partir de su asistencia e incorporación de otros niños de la comunidad y de otras edades.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Argüelles Concepción, R. (2005). *Un Activista de Recreación Física en la comunidad de Piedra Blanca del municipio Holguín*, Instituto Superior de Cultura Física “Manuel Fajardo”. La Habana: Editorial Deportes.
- Aguilar, L. y Paz, E. (2002). *Introducción a la Programación de la Recreación*. México.
- Alonso Freyre, J. (2004). *El Autodesarrollo Comunitario. Crítica a las mediaciones sociales recurrentes para la emancipación humana*. Centro de estudios comunitarios de la Universidad Martha Abreu. Santa Clara: Editorial Feijoo.
- Bozhovich, J. (1976). *La personalidad y su formación en la edad infantil*. La Habana: Pueblo y Educación.
- Camerino, O. y Castañer, M. (1988). *1001 Ejercicios y juegos de recreación*. Barcelona. Paidotribo.
- Monte S, M. (1997). *Juegos tradicionales Cubanos*. La Habana: INDER.
- Moreira Barahona, R. (1997). *La Recreación: Un Fenómeno Social Cultural. Cuba*. La Habana: Editorial Ciencias Sociales.
- Pérez Sánchez, A. y Col. (2003). *Recreación, Fundamentos Teóricos Metodológicos*. La Habana: Pueblo y Educación.
- Pérez Sánchez, A. (1993). *Fundamentos Teóricos Metodológicos de la Recreación*. La Habana: Pueblo y Educación.
- Recreación*. (2010). Fundamentos Teórico Metodológicos. La Habana: Deportes.